

Energetisierung

Nun faltet die Hände vor der Brust zusammen und reibt sie kräftig aneinander. Zunächst mit den Händen in Richtung Vater Sonne und anschließend in Richtung Mutter Erde.

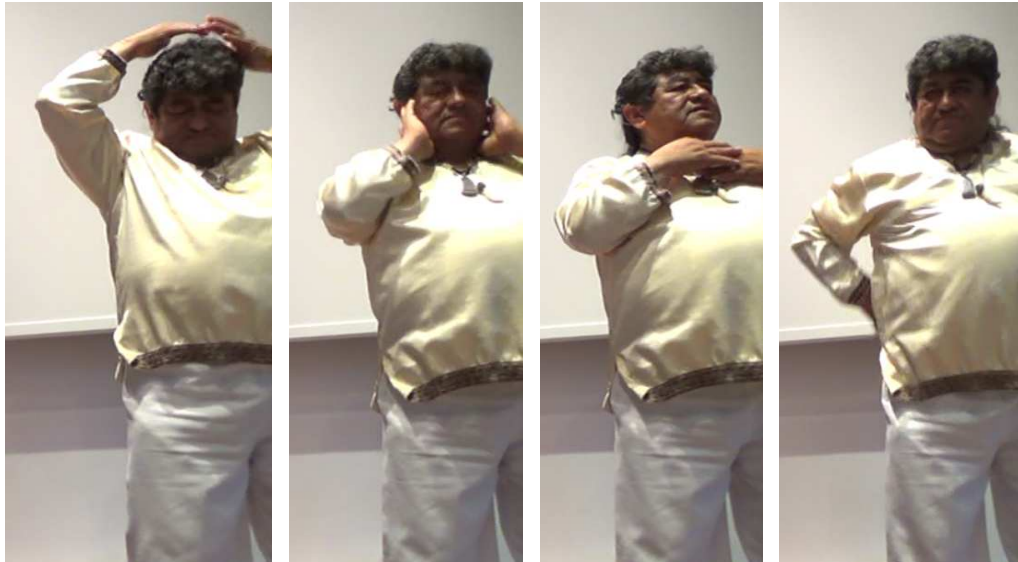


Von hier aus formt ihr mit Euren Händen eine Schale in der ihr die kosmische Energie gesammelt über Euer Kronen-Chakra oder Scheitel hebt. Während ihr die Energie sammelt, atmet ihr durch die Nase tief in den Bauch und haltet die Luft an bis die Hände über dem Kopf angekommen sind.



Und jetzt atme aus, während du deine Aura ausstreichst und die Energie vom Macro- und Mikrokosmos zu dir führst. So baden wir in der

kosmischen Energie und lassen zu, dass sie jedes einzelne Chakrazentrum und Organ ausfüllt und harmonisiert.



Und nun zum Abschluss sprich:

DANKE

Dass Du mir erlaubst anzufassen, zu berühren und zu streicheln, um die heilige Energie des Makro- und des Mikrokosmos zu mir zu nehmen, um meinen Prozess der Selbsterkenntnisse, Selbstheilung und der Selbstverwirklichung fortzusetzen.

So ist es - So ist es - So ist es

